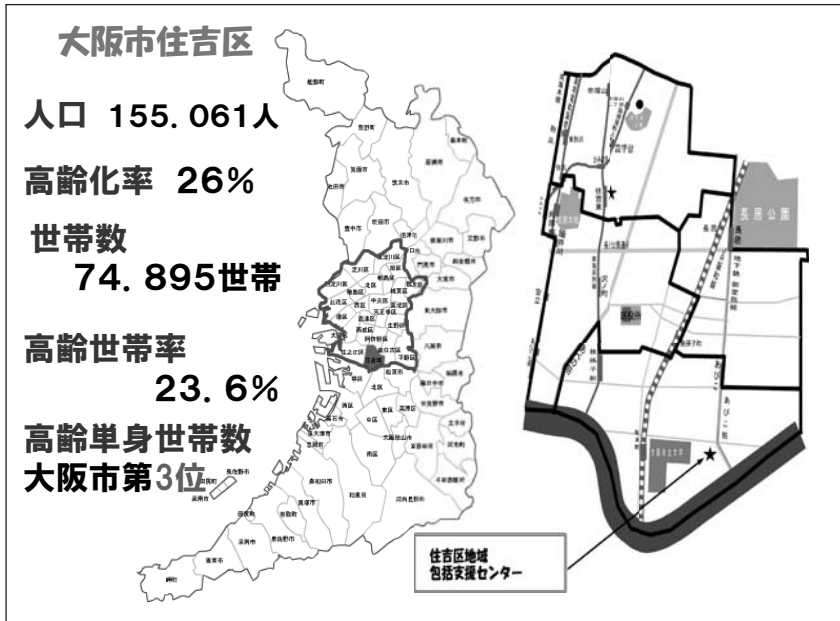


報告 2 男性介護者の集い「ほっこりサロン」の実践

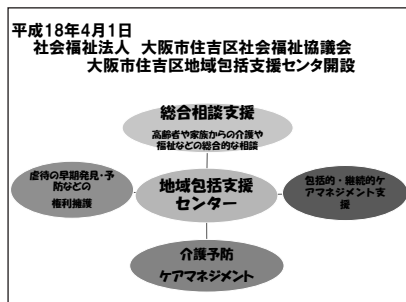
小林 裕子（大阪市住吉区社会福祉協議会・住吉区地域包括支援センター）

津止：今度は、私たち男性介護ネットの大きなテーマでもあります介護の分野です。介護する男性たちを支援している事例として、大阪の住吉の地域包括支援センター、ほっこりサロンという男性のサロンを開いているところです。その小林さんのほうから、知りたいことだと思いますけれども、最後の報告になりますけれども、お願いしたいと思います。



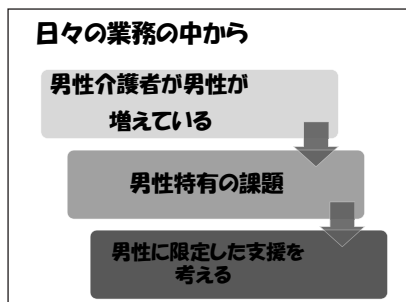
初めまして、住吉区地域包括支援センターの小林と申します。よろしくお願いたします。大阪市住吉区なんですけれども、大阪府の中で青く囲んだところが大阪市なんですけれども、大阪市の一番南の端に住吉区がございます。住吉区の中の南の端に太い青い線があるんですけれども、これは大和川です。大

和川を越えましたら、堺市になります。この一番端に、私たちの住吉区地域包括支援センターがございます。



住吉区は高齢化率が26%とかなり高い地域でありまして、その中でも高齢世帯の単身、一人暮らしの高齢者の方が大阪市内で第3位と、一人暮らしがかなり多い地区であります。そういう中で、私たちは地域包括支援センターとして仕事をしているんですけれども、地域包括支援センター

の役割として、高齢者の方の総合相談窓口、いろいろな役割を担っています。高齢者虐待、それから介護予防のこともそうですし、ケアマネージャーさんの後方支援であったり、いろいろな役割をさせていただいております。



その日々の業務の中で、平成18年に地域包括支援センターができたんですけれども、いろいろな関わりから男性の介護者が増えてきた。その中で、男性の方特有の課題が見えてきました。先ほど、伊藤先生、それから今井さんからも、男性特有の弱音を吐きづらさとか、それから支援

のタイミングが遅いと言うお話があったかと思いますが、SOSを出されたときには非常に重症化しているケースが多いということで、男性介護者の方がSOSを出しにくい、男性特有の井戸端会議がしにくい、情報不足というところから、男性に限定した支援を考えていかないといけないということで、平成22年に家族介護支援事業を行うということで、いろいろ介護者の方に聞いてみましたら、家事、特に調理に苦手感があるという話をされていることがありましたので、男性を対象にチャレンジクッキングという調理教室をいたしまし

た。また、男性の介護者の方に実際に来ていただいて、男性の介護者の方の実体験をお話ししていただいて、男性介護者の現状を知り、男性介護者への支援について、私たち地域包括でも考えていきたいと思いますということで、住民の方を対象に家族介護教室をさせていただきました。そのときに来ていただいたのが、NPO 法人スマイルウェイ（兵庫県宝塚市）の西山さん、スマイルウェイの会員の方々に来ていただいて、お話をさせていただきました。

平成22年度家族介護支援事業

・チャレンジクッキング

男性を対象に調理教室

(平成22年10月 実施)

・男性の介護について

男性介護者のお話を聞く

(平成22年11月 実施)

来ていただいたんですけれども、家族介護教室がすごく好評で、もっとしてくれという声がかかなり多かったんです。チャレンジクッキングという調理教室は、介護予備軍の方が多く、今は介護を卒業されているか、まだ介護は始まっていないんですけれども、男性ばかりで集まって料理をしてみたいという人が集まりまして、サークルを結成いたしました。住吉鉄人倶楽部というサークルを結成いたしまして、その後、クッキーを製作したりしてボランティア活動をされるサークルが始まりました。

チャレンジクッキング

男性介護者の集い

料理サークル結成

(平成23年3月11日)

介護予備軍の男性7名

(平均年齢72歳)

第1回男性介護者の集い開催

(平成23年1月27日)

参加: 10名

住吉鉄人倶楽部

サークル名改名

(平成23年9月)

以後毎月第4水曜日

13:30~16:00

住吉区民センターにて開催

ボランティア活動開始

(平成23年12月)

(クッキー製作し施設訪問)

ほっこりサロン

名称を変更

(平成23年7月27日)

ほっこりサロン(参加状況)

H23/1/27~H26/2/26

個別支援を行った数

(電話も含む)

延べ人数 344名

実人数 43名

区内 31名

区外 12名

8 人

参加者の年齢

被介護者の認知症の有無

有 30名

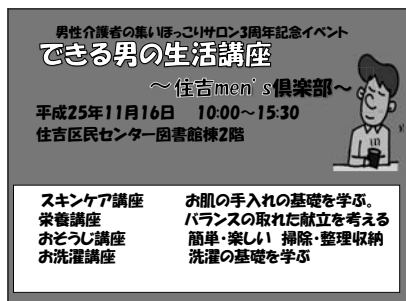
無 11名

最低年齢 32歳

最高年齢 89歳

もう一つ、男性介護者の集いで、宝塚の西山さんをはじめ男性介護者の方に来ていただいた後、このままで終わらせるのはもったいない、大阪に男性の介護者の集いがありなかったという現状がございまして、住吉地区で月に1回でもできたらいいかなということで、何をしようと

くやないか」と言われました。区内の82カ所のケアマネ事業所さんにお伺いしまして、アンケートをお願いいたしました。これがアンケートの一部です。アンケートと、ほっこりサロンのチラシと3周年のイベントのチラシを付けてまして、返信用封筒を付けて渡していただきました。



これは、伊藤先生の『「できない男」から「できる男へ』のパクリではないのですけれども「できる男の生活講座」ということで、1日、講座のイベントをいたしました。これは、生活に即した講座をしてほしいということだったので、スキンケア講座、お肌の手入れの基礎を学びます。栄

養講座、バランスの取れた献立を考えます。お掃除講座、簡単、楽しい整理の仕方。お洗濯講座、お洗濯の基礎を学ぶ。ということで、この4つの講座をすべて男性の講師の方をお願いいたしまして、させていただきました。参加は、各講座30人から40の方が参加していただいています。この写真は、講座の様子なんですけれども、当日は男性介護者の方だけではなくて、府内の男性、当日、いきなりおじさんが入ってきたりということもあったのですが「こんなやつってるなんて、知らなかった」ということで、と午前中と午後で講座が分かれていたんですけれども「今から昼ご飯を食べに帰るけど、また昼から来るから」という人たちも含めて、講座自体は48名くらい参加していただきました。

**被介護者を家に一人残してはいけないので
参加できない**

- ・介護者支援のためのボラン
ティアを養成する
いきいきライフサポーター
養成講座開催

- ・ケアルームを開設



介護者の方を一人で家に残しておけない、デイサービスがその日ではないとか、いろいろな理由で参加できない方の声がありまして、介護者支援のためのボランティアを養成しようということになりました。実際にはいろいろなイベントがあるんですけども、被介護者の方と一緒に

連れてこれられない、それで参加できないという声は以前からたくさんありましたので、住吉の地域包括支援センターと老人福祉センターと共同で、1日ライフサポーターという養成講座をしまして、ボランティアさんの養成をいたしました。これを見ていただいたら、スタッフとボランティアさんがいるところにベッドなども置きまして、どなたが来ても、1日、そこで過ごしていただいて、介護者の方に安心して講座を受けていただいたり、いろいろなイベントに参加していただけるようにということで、ケアルームを開設いたしました。

介護のためにイベントを手伝うのは難しい

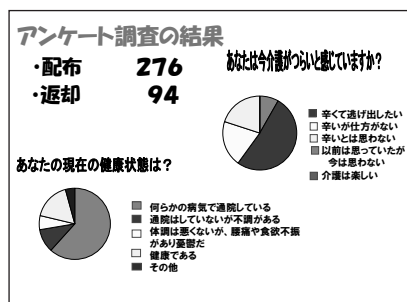
- ・住吉鉄人倶楽部
(チャレンジクッキング)
によるボランティア



介護のためにイベントを手伝うのは難しいという、実際に介護で日々、疲れておられますので、できたら来て楽しんでいってほしいというのが私たちもありましたので、できる範囲でお手伝いをしていただけたらということで、今日も来られているんですけども、介護タクシーを立ち

上げられた介護者の方がいらっしゃるのですが、その方に、どうしても車の送迎がいる方をおうちまで送り届けていただきました。先ほど言いました、住吉鉄人倶楽部という調理サークル、この方たちもこれまで活動を、認知症サポーター養成や施設にクッキーの差し入れなど、いろいろなボランティア活動をされています。この方たちに来ていただきまして、1日、コーヒーとクッキーの接待をしていただきました。この写真はテラスに交流の場をつくりまして、住

吉鉄人倶楽部の方にコーヒーとお茶とクッキーを出していただいて、皆さん、ここでくつろいでいただきました。研修を受けられる方、ここでくつろいで交流される方、いろいろな方が1日楽しんでいただけるようなイベントをさせていただきました。それと、津止先生に来てほしいという思いがかないまして、津止先生に、11月に「男性が介護するということ」ということで講演に来ていただきました。



先ほど言いましたアンケートですけれども、一部しか紹介をさせていただけないんですけれども、82カ所の介護支援事業所に配布させていただいた数が276で、そのうち返ってきましたのが94です。一部、紹介させていただきます。「あなたの現在の健康状態は？」という質問ですが「何らかの病気で通院している」「通院はしていないけれども、不調がある」という方が、おおよそ4分の3くらいです。「今、実際に介護をつらいと感じていますか？」「つらくて逃げ出したい」「つらいが仕方がない」というふうに思っておられる方もおおよそ4分の3いらっしゃいました。このアンケートの結果につきましては、もう少し分析させていただきして、ケアマネジャーさんとご協力させていただきながら、今後の支援を考えていきたいと思っております。

イベント後のほっこりサロン

・参加者	11月 18名(新しい参加者3名)
	12月 13名(新しい参加者1名)
	1月 12名
	2月 14名(新しい参加者4名)

・ケアマネジャー・関係機関(サービス事業所等)の
問い合わせが増える

・アンケートとチラシをケアマネジャーより男性介護者の
手に確実に渡すことができた(周知活動の効果)

イベントをするまでのほっこりサロンの参加者は大体6～7名ぐらいが平均参加者だったんです。10月、11月にイベントをいたしまして、11月のほっこりサロンの参加者が一気に18名に増えました。この日は、ちょっとびっくりいたしました。実際に休まれておられた方とか、数カ

月に一遍来られている方とか、長くお休みしている方もいらっしゃるんですけども、アンケートとかイベントをした後に、思い出して参加くださった方と、それから新しく来てくださった方が増えました。それまで10人を超えることは少なかったのですが、イベントをしてから先月まで、ほぼ10人以上の参加者の方がいらっしゃいます。その後、ケアマネジャーさんからの問い合わせも増えました。ケアマネジャーさんを通してアンケートとチラシを配布していただいたということで、ケアマネジャーさんにも知っていただく周知ができたのではないかなと思います。ケアマネジャーさんから、ほっこりサロンのご案内をしていただけるようになったことが、すごく大きいかなと思います。

今後の課題

***サービスを利用していない男性介護者への周知**

***ほっこりサロンの運営**

***男性介護者に支援の必要性について地域への周知**

今後の課題なんですけれども、今回のアンケート調査はサービスを使っておられる方、要するにケアマネジャーさんと関係のある方に対してのアンケートなんですけれども、地域の中にはたくさんのサービスを使っておられない男性介護者が潜在的にいらっしゃると思います。その

方たちに、どういうふうに周知をしていったらいいのだろうかというのが1つの課題です。それから、ほっこりサロンの参加者の人数が増えてきましたので、時間とか場の設定や運営についても考えていかなければならないです。それから、もう一つ、これはもうちょっと頑張らないといけなんですけれども、男性介護者に支援が必要であることを地域の方に知っていただきたいです。地域の方から見守りなどの支援を頂きたいということで、周知活動を続けていかないといけないと思っております。そして、ほっこりサロンは、地域包括支援センターが始めて3年たったんですけれども、始めた当初からほっこり庵の西山さんをはじめ、たくさんの方にご支援を頂きました。特に、この男性介護者ネットに来させていただいて、皆さんのご意見をしつこいぐらいにいろいろ聞きまして、運営に関していろいろと教えていただきました。本当に感謝しております。これからも地域包括支援センターの職員が一丸となって、男性介護者のみ

ならず、すべての介護者の方に寄り添っていけるように頑張っていきたいと思っています。これからも、よろしくお願いいたします。ご清聴、ありがとうございました。

津止：ありがとうございました。広がりがあるな活動につながっていったという、私たちのお手本にしたいようなご報告がありました。今日、ご参加の介護者の会や集いを主催される方々にも、随分参考になるお話があったのではないかと思います。